

Saberes y prácticas ancestrales de la gastronomía Awá, una estrategia pedagógica para fortalecer la cultura tradicional con los estudiantes de grado 2º de la Sede Peña La Alegría  
Municipio de Tumaco

Diana Inés Canticus Jimenes  
Genith Mercedes Taquez Taticuan

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)  
Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU)  
Licenciatura en Etnoeducación  
Pasto  
2019

Saberes y prácticas ancestrales de la gastronomía Awá, una estrategia pedagógica para fortalecer la cultura tradicional con los estudiantes de grado 2º de la Sede Peña La Alegría  
Municipio de Tumaco

Diana Inés Canticus Jimenes  
Genith Mercedes Taquez Taticuan

Trabajo de grado como requisito parcial para optar al título de Licenciado en Etnoeducación

**María Mercedes Rosero Sosa.**  
Magister en Educación con énfasis en Docencia Universitaria  
Asesora

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD)  
Escuela de Ciencias de la Educación (ECEDU)  
Licenciatura en Etnoeducación  
Pasto  
2019

### **Dedicatoria**

Este logro se lo quiero dedicar especialmente a mis padres, LUCIO CANTICUS Y MARIA FILOMENA JIMENEZ, por su apoyo incondicional, a mi compañero, FABIAN PAI GARCIA y mi hija, JEIDY NAYIVE CANTICUS, por su amor, paciencia y también por el tiempo que estuvieron conmigo en este proceso de formación; por ultimo a los estudiantes, del grado segundo del resguardo PEÑA LA ALEGRÍA, con quien puede avanzar a realizar mis practicas; de la mejor manera logrando así, culminar este sueño al formarme como profesional.

Diana Inés Canticus Jimenez

Este proyecto de grado está dedicado especialmente a mis hijos, LEONARD DAVID BASTIDAS TAQUEZ y MALANNYE YURLEY MOREANO TAQUEZ, quienes fueron el motor de arranque y mi constante motivación, gracias por su paciencia, comprensión, sacrificio y sobre todo por su amor. Estuvieron conmigo en todo momento y siempre me dieron una voz de alimento para superar las adversidades que me encontré en este largo camino. También quiero dedicar a mi pareja por apoyarme cuando más lo necesite, por extender su mano en momentos difíciles y por el amor brindado cada día, de verdad mil gracias siempre los llevo en mi corazón. Y finalmente dedicarles este triunfo a los estudiantes del grado segundo de la comunidad Peña la Alegría que sin ellos no fuera sido posibles, realizar las prácticas para llevar a cabo este proyecto.

Genith Mercedes Taquez Taticuan

### **Agradecimientos**

Quiero agradecer en primer lugar a Dios, por guiarme en el camino y fortalecerme espiritualmente para empezar un camino lleno de éxito. Así, quiero mostrar mi gratitud a todas aquellas personas que estuvieron presentes en la realización de esta meta, de este sueño que es tan importante para mí, agradecer todas sus ayudas, sus palabras motivadoras, sus conocimientos, sus consejos y su dedicación. Muestro mis más sinceros agradecimientos a la organización indígena del pueblo AWA “UNIPA” por darme la oportunidad de empezar una nueva etapa de mi vida; ya que sin su ayuda no fuera sido posible este logro de una nueva meta para mí, hoy puedo decir que he logrado una meta muy impórtate de una persona

A mis compañeros, quienes a través en este tiempo fuimos fortaleciendo una amistad y creando una familia, por su colaboración, por convivir todo este tiempo conmigo, por compartir experiencias, alegrías, frustraciones, tristezas, celebraciones y múltiples factores que ayudaron a que hoy seamos como una familia, Y Por último, quiero agradecer, al cuerpo de tutores de la universidad nacional abierta y a distancia “UNAD” por compartir sus conocimientos; y sobre todo por dedicación y compromiso con los estudiantes.

## Tabla de Contenido

	pág.
<b>Resumen</b>	10
<b>Abstract</b>	11
<b>Introducción</b>	12
 <b>Capítulo 1. Planteamiento del problema</b>	13
1.1 Descripción del problema	13
1.2 Pregunta de investigación	14
1.3 Justificación	14
1.4 Objetivos	15
Objetivo General	15
Objetivos Específicos	15
 <b>Capítulo 2. Marcos de referencia</b>	16
2.1 Marco contextual	16
Resguardo Peña la Alegría	18
Sede de Peña la Alegría	23
2.2 Marco teórico o conceptual	25
 <b>Capítulo 3. Diseño metodológico</b>	31
3.1 Enfoque de investigación	31
3.2 Método de investigación	31
3.3 Técnicas e instrumentos de recolección de información	32
 <b>Capítulo 4. Propuesta Etnoeducativa</b>	35

4.1	Descripción	35
4.2	Proceso metodológico (planes de aula)	35
	<b>Capítulo 5. Desarrollo, análisis y discusión de resultados</b>	39
5.1	Presaberes que tienen los niños sobre la Gastronomía Awa	39
5.2	La gastronomía tradicional desde la escuela	40
5.3	Alcances de la gastronomía en la cultura tradicional	49
5.4	Conclusiones y recomendaciones	51
6.	Referencias Bibliográficas	53

**Lista de tablas**

**pág.**

<b>Tabla 1.</b>	Planes de aula estrategia pedagógica - Sede Peña la Alegría	35
-----------------	---	----

### Lista de figuras

		<b>Pág.</b>
<b>Figura 1.</b>	Mapa político de Nariño	17
<b>Figura 2.</b>	Mapa del territorio awa - unipa	18
<b>Figura 3.</b>	Mapa del resguardo peña la alegría	19
<b>Figura 4.</b>	Guardia indígena	20
<b>Figura 5.</b>	Recolección de productos	21
<b>Figura 6.</b>	Artesanías propias	23
<b>Figura 7.</b>	Cancha - sede peña la alegría	24
<b>Figura 8.</b>	Estudiantes del grado segundo – sede peña la alegría	25
<b>Figura 9</b>	Presentación de la bala	27
<b>Figura 10</b>	Preparación de envuelto de choclo	29
<b>Figura 11</b>	Estudiantes del grado segundo – sede peña la alegría	30
<b>Figura 12</b>	Preparación de alimentos	37
<b>Figura 13</b>	La gualpa	38
<b>Figura 14</b>	Salida pedagógica	40
<b>Figura 15</b>	Trampa para cazar ratones	41
<b>Figura 16</b>	Casa de la señora – Maria Jimenez	43
<b>Figura 17</b>	Conversatorio – con la mayor Alejandrina Pai	43
<b>Figura 18</b>	Recorriendo el territorio	46
<b>Figura 19</b>	Aulas de clases	48
<b>Figura 20</b>	Minga de pensamiento	50
<b>Figura 21</b>	Curación del chutun	50



## Lista de Anexos

	pág.
<b>Anexo A.</b> Guía de entrevista	54
<b>Anexo B.</b> Relación de actividades con los niños	56
<b>Anexo C.</b> Dibujos de los niños del grado segundo	59
<b>Anexo D.</b> Fotografías de la integración gastronómica, del resguardo peña la alegría	60

## **Resumen**

El objeto de estudio de este proyecto aplicado estuvo centrado educativo Peña la Alegría, cuyo objetivo fortalecer la cultura tradicional con los niños del grado segundo a través de la estrategia pedagógica gastronomía awa en el Centro educativo de Peña la Alegría Municipio de Tumaco. La metodología desde la cual se abordó el proyecto fue el enfoque cualitativo, bajo el método de investigación acción, utilizando las técnicas e instrumentos de investigación, entre las técnicas están, la observación, los instrumentos, la guía de entrevista, el diario de campo y fichas de lectura, la población cuenta 15 niños y niñas del grado segundo cuyas edades oscilan entre 7 y 8 años, todos niños pertenecen a la comunidad Awa.

Los resultados obtenidos de esta experiencia etnoeducativa fue: el fortalecimiento de la historia gastronómica del pueblo awa como su origen, usos y costumbres propios.

Palabras clave: gastronomía, cultura tradicional, estrategia pedagógica

### **Abstract**

Know ledge and ancestral practices of the awa gastronomy a pedagogical strategy to strengthen the tradifional culture with the second grade students of the Peña la Alegria municipality Tumaco. The objective of the study of this applied project was centered in the educational headquarters of Peña la Alegria. It is strengthen the traditional culture with children of the second grade through the pedagogical strategy awa gastronomy in the municipality of Tumaco. The methodology which addressed the project was a qualitative approach under the action research method using research techniques and instrumetsco. Or the observation field Darly interview reading cords which oup participants are is children and grils their ages is between seven and eight years old belonging to the community awa the results obtained from this ethnoedacational etperience was the strengthening of the gastronomic history of the awa people as their own. Customs and uses.

Keywords: Gastronomy, traditional culture, pedagogical strategy.

## **Introducción**

Este proyecto aplicado se desarrolló con los estudiantes del grado segundo del Centro Educativo Peña la Alegría, resguardo Peña la Alegría, en el Municipio de Tumaco, Departamento de Nariño. Con el cual tenía como objetivo fortalecer la cultura tradicional a través de los saberes y prácticas ancestrales de la gastronomía Awá.

Por lo tanto, las acciones pedagógicas que se adelantaron estuvieron encaminadas a promover en los niños valores hacia la cultura propia respecto a las prácticas gastronómicas.

Es importante mencionar que el desarrollo de este proyecto estuvo ligado al proceso académico, social y cultural con el debido respeto de sus creencias y tradiciones buscando así conservar sus valores culturales y potencializando sus acciones autónomas integrales que garanticen su supervivencia como pueblo Awá.

En este sentido el proyecto se ha organizado en cinco capítulos a saber: El planteamiento del problema; Una fundamentación teórica, la metodología que orienta el proyecto, la propuesta pedagógica y finalmente se dan a conocer los resultados obtenidos en los cuales se presenta la experiencia, es decir como desde una herramienta etnoeducativa “la gastronomía Awá” los niños se sienten identificados con la cultura Awá.

## **Capítulo 1. Planteamiento del problema**

### **1.1 Descripción del problema**

En el Centro Educativo cede Peña la Alegria, se ha observado a través de la práctica educativa el desconocimiento y la pérdida de tradiciones culinarias por parte de los niños lo cual está relacionado con factores como la occidentalización producto del proceso de mestizaje de tiempo atrás, la pérdida de autonomía en el territorio, es decir se ha ido deslizando los cultivos tradicionales por otros, los cambios ambientales que han sufrido estos pueblos, se han ido perdiendo la práctica de ceremoniales, la conservación de algunas técnicas de preparación de alimentos de manera tradicional y formas de consumo. Lo cual se refleja en los niños cuando prevalece el consumo de bebidas gaseosas, empaquetados, dulces, entre otros.

El legado de los Awá en materia de alimentos, no puede estar bien documentado, es pertinente recurrir a la memoria oral en la cual los mayores pueden dar cuenta de este legado que es necesario reconocerlo y que los niños se apropien para generar en ellos el sentido de pertenencia por lo propio, lo que da la madre tierra.

Que existe sobre la gastronomía Awá, manifestada en el consumo de productos empaquetados. Es así como se toma la idea de Patiño quien refiere “La cocina hace parte de la cultura alimentaria, está más allá de ser el espacio donde los alimentos se transforman en comida: constituye una seña de identidad, en tanto abarca todo un entramado simbólico y su articulación con el resto de la cultura” (Bolaños, 2018, p.11)

## **1.2 Pregunta de investigación**

¿Cómo implementar una estrategia pedagógica de saberes y prácticas de la gastronomía Awá para fortalecer la cultura tradicional en los estudiantes de grado 2º de la Sede Peña La Alegría Municipio de Tumaco?

## **1.3 Justificación**

La Etnoeducación un proceso social permanente, inmerso en los saberes, la cultura propia, que permite, conforme a las necesidades, intereses y aspiraciones de la comunidad, formar a sus estudiantes en este caso en particular para afianzar la cultura e identidad por los saberes y sabores que representan la gastronomía Awá.

Por esta razón, la realización de esta investigación con los estudiantes de grado segundo, pretende dar solución al problema descrito, el desconocimiento de los platos típicos, los productos que se utilizan para preparar los alimentos, las formas de preparación y por parte de los estudiantes hacía la naturaleza del pueblo Awá.

El proyecto tiene como objeto que la comunidad del resguardo indígena de Peña la Alegría perteneciente al municipio de Tumaco fortalezca los usos y costumbres de su pueblo Awá, conociendo todo lo relacionado con la gastronomía awa, como forma de desarrollar el sentido de pertenencia hacia la cultura tradicional.

La gastronomía Awá esta cimentada en la tradición, en los saberes y prácticas que se transmiten desde la casa, aprovechando los productos que se cultivan, las semillas de la región,. La preparación de alimentos se realiza utilizando elementos rústicos como la piedra de majar la bala, la piedra pequeña de moler el ají, el tangan elemento de madera que se pone encima del fogón para ahumar la carne, la trampa que es la herramienta de cacería de los conejos de monte o cautín, el fogón en donde se prepara los alimentos, el hacha tradicional que hacen ellos mismos para sacar la madera que utilizan en el fogón y las cucharas de palo. de lo anterior se puede observar como una cocina Awá tradicional es tan rica en cultura pues cada elemento tiene su

historia y parte de un recuerdo cultural importante para ser transmitido de generación y generación, como un patrimonio inmaterial de gran impacto en nuestra cultura, es el reflejo de nuestra gente, de cómo somos, y genera un sentido de pertenencia por parte de los indígenas Awá de Peña la alegría, específicamente de los más pequeños, si se cultiva y desarrolla permanece para toda la vida.

Este proyecto es la oportunidad para que los niños se involucren de lo que representa su cultura, pero también de inculcar prácticas saludables para generar en ellos sentimientos de arraigo y de identidad con lo propio, el conocimiento de la historia de la cocina del pueblo Awá, su origen, sus ingredientes y formas de preparación más representativas, serán la clave para narrar a los niños todo un viaje mágico hacia nuestros orígenes y de esta manera se fomente la cultura y rescatar nuestras tradiciones.

## **1.4 Objetivos**

### **Objetivos generales**

Implementar una estrategia pedagógica de saberes y prácticas de la gastronomía Awá para fortalecer la cultura tradicional en los estudiantes de grado 2° de la Sede Peña La Alegría Municipio de Tumaco

### **Objetivos específicos**

- ✓ Identificar los conocimientos que tienen los niños y las niñas de acerca de la gastronomía tradicional.
- ✓ Diseñar una estrategia pedagógica basada en los saberes y prácticas de la gastronomía Awá
- ✓ Implementar la estrategia pedagógica basada en los saberes y prácticas de la gastronomía Awá para fortalecer la cultura tradicional y promover hábitos saludables en los niños

## **Capítulo 2. Marcos de referencia**

### **2.1 Marco contextual**

#### **Municipio de Tumaco**

Fundado el 30 de noviembre de 1640 por el padre José María Garrido. La región de Tumaco es notable por sus hallazgos arqueológicos asociados con la Cultura tumaco-La tolita, una de las más antiguas del continente. Acaba de ser creado como uno de los nuevos 6 Distritos por el Congreso Nacional de Colombia. Tumaco es un municipio colombiano ubicado en el departamento de Nariño, cuya cabecera municipal ostenta el nombre de San Andrés de Tumaco. Se sitúa a 300 kilómetros de San Juan de Pasto, la capital del departamento. Tumaco es conocido como la «Perla del Pacífico» de Colombia. Entre sus paisajes marítimos destacan el cabo Manglares, la bahía de Tumaco y las islas del Gallo, La Barra, El Morro y su cabecera municipal o área urbana. Tumaco se encuentra en el suroccidente de Colombia, cerca de la frontera con Ecuador, y posee un clima tropical húmedo. Su población es mayoritariamente afrodescendiente e indígena. Es accesible por vía aérea desde la ciudad de Santiago de Cali y por comunicación terrestre desde la ciudad de San Juan de Pasto. Es el trigésimo municipio más poblado de Colombia.

En la época precolombina, el territorio de Tumaco estuvo habitado por la cultura Tumaco-La Tolita, con vestigios arqueológicos destacados y considerados patrimonio cultural del actual municipio. Existen varias versiones sobre la fundación de Tumaco. Una versión señala que la fundación española fue en 1610, con el nombre de San Andrés de Tumaco, sobre el asentamiento indígena existente, cuando el padre Onofre Esteban adelantó su trabajo misional en la costa del Pacífico en 1598, que culminó en 1613. José María Garrido, antropólogo y sacerdote católico, estima que la fundación de Tumaco fue el 30 de noviembre de 1640; esta fecha se considera la oficial y se honra para efectos conmemorativos. El primer alcalde de Tumaco fue don Juan de Molinas.





Figura 1. Mapa Político de Nariño

Fuente: Periódico del sur - <https://extra.com.co>

Tumaco se encuentra a una altitud de 2 m s. n. m. El municipio presenta en toda su extensión diferentes relieves, desde el montañoso en inmediaciones andinas del piedemonte costero hasta la llanura del Pacífico. Son accidentes geográficos importantes la bahía de Tumaco, el Ancón de Sardinas, el Cabo Manglares y la isla de El Morro, entre otros. Su hidrografía incluye los ríos Mira y Patía, y otros más pequeños como el Caunapi, Rosario, Chagui y Tablones

Tumaco limita por el norte con el océano Pacífico y el municipio de Francisco Pizarro, por el sur con la República de Ecuador, por el oriente con los municipios de Roberto Payán y Barbacoas, y por el occidente con el océano Pacífico.

**Clima** En Tumaco, los veranos son cortos, secos y mayormente nublados; los inviernos son largos, mojados y nublados y está caliente y opresivo durante todo el año. Durante el transcurso del año, la temperatura generalmente varía de 24 °C a 30 °C y rara vez baja a menos de 23 °C o sube a más de 31 °C. En base a la puntuación de playa/piscina, la mejor época del año para visitar Tumaco para las actividades de calor es desde principios de junio hasta finales de septiembre.

## Resguardo Peña la Alegría

El resguardo Peña la Alegría se encuentra asentado entre los ríos Caunapi y Rosario a 8 kilómetros adentro de la vía principal Tumaco, pasto en el kilómetro 36, con una altura a 100 metros sobre el nivel de mar. Por la vía panamericana desde Tumaco hasta la vía del ferrocarril, después se cruza por la palmera de Astorga por una vía destapada pero transitoria hasta llegar al Resguardo de Peña la Alegría; con una área de 30 hectáreas 9.779 m<sup>2</sup>, según el plano del Incoder N° R4-5—00012 el recorrido y el asentamiento de los planos fue 12/12/2007. El 01/06/2010, fue conformado el resguardo Peña la Alegría por 189 personas agrupadas en 38 familias, de las cuales eran 44 son hombres con el 49.74% y 95 mujeres con el 50.26%, con la ayuda del gobernador Orfilio García, que le hizo el acompañamiento al resguardo durante 4 años. En la actualidad la comunidad está conformado por 300 personas, agrupadas en familias en 60 casa, su gobernador actual es Carlos Pai García, es una comunidad indígena del pueblo awa su lenguaje nativo es awapit.

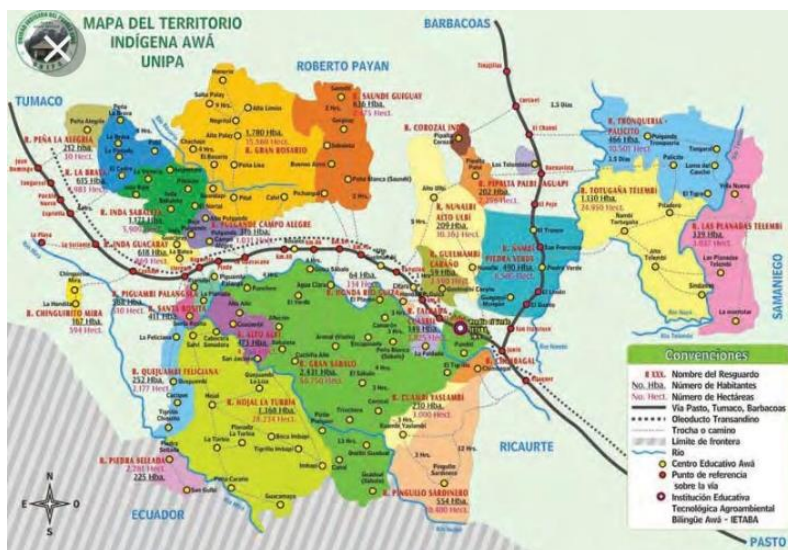


Figura 2. Mapa del territorio, Indígena Awa – Unipa  
Fuente: Organización Unipa



Figura 3. Mapa Peña la Alegria elaborado por estudiantes  
Fuente: Carmela Pai y Yuli Nastacuas del grado 9°

#### ✓ Clima y Suelo

El resguardo está ubicado en una zona de clima cálido, que corresponde a la zona de vida de bosque pluvial tropical, influenciado por el permanente flujo del aire del océano pacifico, continente y mayores precipitaciones, con altitud de 100 metros sobre el nivel del mar temperaturas promedio que oscilan entre 25.5° y 26°C y precipitaciones anuales por promedio de 7.025 mm, los meses de mayor precipitación son Mayo, Abril y Junio con 732.6 mm y de menor precipitación Agosto, Noviembre y Diciembre con 438.3 mm promedio, la humedad relativa esta entre 83 y 90 % con brillo solar de 1.140 horas por año.

#### ✓ Organización Política y Social

La base de la organización social la constituye la familia, la que es agrupada en forma nuclear o extensa con tendencia neo-local, régimen patriarcal. Políticamente se hallan organizaciones tal como lo establece la ley 89 de 1890 con un cabildo vigente, elegido democráticamente por los miembros de la comunidad por un periodo de un año el cual ejerce funciones de autoridad y administración; la representación legal cae sobre el Gobernador.



Figura 4. Guardia indígena  
Fuente: Esta investigación – propia

✓ Economía y Mercado

La economía de la comunidad está determinada por la acción de la carretera y la población de Llorente que es el centro de comercio, de insumos, herramientas, alimentos etc. Hacen aprovechamiento del bosque heterogéneo y complementa con la siembra de cultivos de auto consumo como: plátano, banano, maíz, caña, yuca, frutales y especies menores de cerdos y aves; los mayores ingresos obtenidos, siendo mínimos son por el concepto de madera, cría de cerdo y algunos excedentes agrícolas que les permiten adquirir otros productos alimenticios, ropa, herramientas, elementos de cocina, etc. La caza constituye una buena fuente de alimentación y recreación con especies como: venado, cedrillo, guatín, guagua, conejo, ratones, etc.



Figura 5. Recolección de productos  
Fuente: Esta investigación – propia

✓ Plan de vida

Pensamientos propios de los diferentes campos de la vida de las comunidades indígenas, es el consejo de los viejos, de las autoridades, de los médicos tradicionales, sobre líderes, tíos. Debemos ver qué futuro queremos para nuestras familias, comunidades e hijos. Los pueblos indígenas han tenido su plan de vida; de la historia propia que han orientado a las luchas y formas particulares de la resistencia.

- ✓ Los awa tenemos derecho a la libertad como pueblo indígena.
- ✓ El pueblo awa, los resguardos y territorio como identidades territoriales de la república, derecho a ejercer autonomía administrativa, fiscal, funcionaria, jurídica y política (art, 246 cp)
- ✓ Derecho a decidir por sus propias prioridades.
- ✓ Derecho a controlar propio de desarrollo propio y económico y cultural, participar y formulación de planes.

El plan de vida es recordar el pasado propio, y hacer presente las historias antiguas y las creencias, reflexionar sobre el pasado, presente y futuro; que soñamos para el pueblo awa, construyendo el camino propio.

#### ✓ Concepción Awa

Conocimiento que tiene en su entorno, los elementos que los componen, relación con los lugares, por eso se consideran sagrados y sociales de su comprensión de su cosmovisión dentro de un orden establecido con el tiempo y el espacio vivo.

#### ✓ Sitios Sagrados

Claramente para los awa, los espacios sagrados son; la montaña y la finca que componen el territorio, los caminos son modificación de los awa que han hecho a su paisaje atraviesan y comunican en totalidad de su territorio y dan cuenta de su historia.

Chutun se hace en el río para que las enfermedades vayan y lo lleven hacia abajo por eso prohíben andar en la tarde, porque le puede dar a otra persona.

#### ✓ Cosmovisión y simbolismo

Los maues cuentan historia de la vida de los ancestros, que eran seres que trascendieron y tenían mucha sabiduría en el mundo awa, hay seres terrenales y no terrenales, cada uno de estos espíritus tiene su origen, su lugar de habita y su historia sobre cada uno de estos seres están en relación con nuestra vida.

#### ✓ Ley de origen

La ley de origen para el pueblo awa es todo aquello que permite garantizar, permanencia cultura como pueblo indígena es el principio de la existencia espiritual que transforma y armoniza la vida en el territorio. Es todo aquello que ordena el mundo incluso hasta después de la muerte; ley de origen es el conocimiento profundo de las mismas personas, en la forma de pensar y conocer el entorno en orden armónico entre la naturaleza y el ser. La ley de origen es un pensamiento integral que articula todos los espacios de la vida indígena awa, con una ideología específica, una forma de aprender y enseñar.



### ✓ Cultura

Una cultura es una identidad un pensamiento propio que define una forma de ver y vivir el mundo, una costumbre y un idioma que los mantiene como patrimonio ancestral, que los identifica como pueblo awa, los diferencia de otros valores culturales y conocimientos. Que los transmite de generación en generación para la pervivencia de ser indígena (plan de salvaguardia pueblo indígena awa 2010). La cultura es la esencia que identifica al inkal awa en ella esta los saberes y las practicas ancestrales orientadas desde la ley del origen, donde aprender valores históricos se adquieren desde el vientre de l madre, en el seno de la familia, son parte de la montaña quien enseña a convivir con los espíritus, animales y plantas apartir de normas culturales que se han aprendido con los mayores para vivir en armonía en el territorio. A través del idioma awapit se aprende y se enseña costumbres del diario vivir.



Figura 6. Artesanias Propias  
Fuente: Esta investigación – propia

### **La escuela de peña la alegría**

En el año 1993, el señor Pedro Ortiz y Rogelio pascal decidieron mandar a estudiar a sus hijos a la escuela las peñas, con el profesor Hernán don Pascal al mirar que los niños perdían mucho tiempo en el recorrido del resguardo a la escuela y en ese año ya contaban con 15 niños, decidieron dar clases en el resguardo peña la alegría en la casa del señor Mariano Pai Guanga, ya que era la casa más grande del resguardo, con la compañía de la profesora Maritza que dio clases desde el año 1994 hasta el 2000.

En el año 2000 los padres de familia decidieron construir la escuela de madera en una parte del territorio de la comunidad con la ayuda del gobernador Orfilio García. En el 2005 contaba la escuela con más niños y entraron más profesores los cuales fueron: Karol Marín, Edison Peña y Nancy Nastacuas. Construyeron la escuela de material con ayuda política y el plan padrino; la escuela contaban con dos aulas de clases y una cancha de futbol para la recreación de los estudiantes, entre los años 2012 y 2015 se contaba con 50 a 65 estudiantes; con la ayuda de la comunidad se construyó el restaurante escolar. En la actualidad la escuela Peña la Alegria cuenta con 4 aulas, tienda escolar, restaurante escolar en buenas condiciones, baños adecuados para los estudiantes, con 5 docentes y 105 estudiantes distribuidos en los grados de 0° - 9° de primaria y bachiller academico; también se cuenta con una casa para la estadía de los docentes.

(Autoría propia vasado en la historia del mayor Orfilio Garcia).



Figura 7. Escuela de Peña la Alegria  
Fuente: Esta investigación – propia





Figura 8. Estudiantes del grado segundo, sede Peña la Alegria  
Fuente: Esta investigación – propia

## 2.2 Marco teórico o conceptual

Los pueblos indígenas han habitado toda américa luchando por mantener sus costumbres, sus pensamientos, para así divulgarlos de generación en generación y no perder su identidad. sin embargo, algunos pueblos han sido violentados y expulsados de sus territorios, pero donde quiera que ellos fueran lucha por mantener sus tradiciones para con sus hijos.

Aunque otros pueblos no corrieron con la misma suerte ya que fueron exterminados en su totalidad y junto con ello su cultura y su historia. en cambio, pueblos como el awá se han mantenido luchando por fortalecer sus costumbres y continuar demostrado las tradiciones de su labor cotidiana.

No todos los indígenas en el mundo han demostrado interés pos conservar sus tradiciones muchos se dejaron debilitar y desaparecieron de sus memorias.

Lo que hoy queremos rescatar es esa voluntad femenina y masculina para que permanezca esa tradición como es la gastronomía ya que esto da energía en la espiritualidad de las personas en la valoración de la tierra.

Fortalecer la tradición no es tan fácil por lo que siempre se presentan obstáculos ya sea económico, social y competitivo con el mercado occidental, pero lo importante es conservar la tradición como un patrimonio que debería ser reconocido por el estado. Pues la vida misma de los sabedores de este oficio y de muchos otros, fue sacrificada, aunque no se note ante la civilización; pero en su alma su espíritu el que hoy vaga por los territorios observando todavía sus huellas de manos y hombros encallecidas plasmadas en el bejuco y la palma allá en la selva y en la memoria de su pueblo.

La gastronomía es la disciplina que estudia la relación entre la cultura y la comida durante un período de tiempo determinado. El término nace de la unión de dos palabras griegas: gastros, que significa ‘estómago’ y nomos que refiere al ‘conocimiento’. De acuerdo con el Museo de Gastronomía de Praga (s.f.), en un sentido estricto, el objeto de la gastronomía es el arte culinario, la relación entre preparar, servir y consumir comida.

El término gastronomía, a diferencia de lo que las personas piensan, abarca muchos más campos a parte del culinario. La gastronomía se centra en la comida mientras trabaja varios elementos culturales, incluso aunque no tenga relación con ellos. Gracias a lo anterior, la gastronomía resulta ser indispensable y estar intrínseca en la cultura de un país y a su vez de las personas al estar ligada a la relación que posee el ser humano con todo lo que lo rodea.

Por todo aquello, la gastronomía se ve reflejada en una gran gama de elementos o materias, que confluyen en el término. Podemos señalar a la historia, la sociología, la antropología, la literatura, las diversas artes, el estudio de los alimentos por parte de la agronomía, entre otros. Todos, elementos o materias presentes en la cultura arraigada de una nación, la cual, con el paso de los siglos, va dando forma a la gastronomía típica de aquel país o región (Patiño, 2012).

Sentido de pertenencia.



Figura 9. Preparación de La Bala, Yolanda Garcia

Fuente: Esta investigación – propia

El sentido de pertenencia se ha definido como un sentimiento de arraigo e identificación de un individuo con un grupo o con un ambiente determinado. Su existencia genera en la persona un compromiso con la construcción de significados que a la larga formarán parte de la memoria personal y del grupo al que se siente.

Pertenecer. La participación en la construcción de esta memoria es activa y continua e implica un compromiso con desarrollo tanto personal como del grupo y del lugar. (Brea, 2014, p. 15)

Cuando un niño desarrolla un sentido de pertenencia hacia un lugar, en especial su lugar de origen, esto va a crear en él una necesidad de cuidarlo y de hacer saber a las personas que lo rodean las razones por las cuales siente un afecto especial y las contagia de este, de esta manera se convierte en una cadena que desde los más pequeños contagia a los más grandes de sentimientos de identificación en este caso hacia su departamento de origen.

Maslow (1954) coloca la pertenencia en el segundo escalafón de la pirámide de las necesidades humanas. Establece que cuando las necesidades psicológicas y de seguridad se satisfacen, emerge la necesidad de amor, afecto y pertenencia. En la literatura, se vincula el

sentido de pertenencia con el principio de menbresía y afiliación, en cuanto ésta determina un nivel de integración y de identificación con un contexto particular que genera una respuesta afectiva y supone un sentimiento común a todos los miembros de un grupo en el que a todos les importa el otro y se comparte la creencia de que las necesidades de uno serán satisfechas en la medida en que permanezcan juntos (Osterman, 2000).

Igualmente, la estrategia con los padres de familia se realizará recorriendo el territorio con el fin de seleccionar y recolectar la materia prima. Posteriormente se realizarán conversatorios formales y teóricos recolectando y seleccionando la materia prima, una vez realizada esta actividad se realizan conversatorios formales y teóricos en láminas y tableros frente al alumno.

La comunidad de peña la alegría se da diferentes productos los cuales son propios del territorio, ya que estos no necesitan químicos para producir; como es chiro, que también sirve de alimento para los animales, las gallinas, cría de marranos y las aves del monte. También se cultiva el plátano, la yuca que es muy perseguida por el guara; en esta comunidad también se da mucho lo que es la papa cun, la naranja, ciruela, coco, limón, chanul, caña, batata, caimito, piña, guayaba, guanábana, palmito, y maíz.

Para consumir carne las personas se deben desplazar a la montaña más lejana y allí encuentra los animales, que a veces la casa con arma de fuego o a veces realizan trampas, cazan el venado, la zorra, conejo, armadillo, ratón, guatín, pava. Etc. Para este trabajo se debe realizar en la noche que se pueden cazar con facilidad, en día se caza paletones, loros, tatabra, perico y el tejón. también se realiza la pesca en horas de la tarde y la noche, se coge la sardina, el sábalo, sabaleta, y cangrejo, los cuales acompañado con el resto de productos se realiza una buena alimentación, la preparación de los alimentos por lo general lo hace la mujer awa, ya que es ella desde la madrugada prepara los alimentos para empacar, para que su compañero lleve a la montaña porque es lejos donde él va a trabajar son dos 2 o 3 horas de camino para llegar al trabajo; ancestralmente los awa han aprovechado los recursos de flora y fauna el uso de suelos, con fines productivos sin destruir la selva para que las tierras tengan abonos ellos realiza la tumba y pudre de las maderas para que la tierra tengan nutrientes; los awa no realizar quemas en la montaña tumba la madera y la dejan podrir. Tienen extensiones de tierra para la familia en donde puedan

producir y hacer descansar a la tierra, para que se recupere y vuelva a coger nutrientes, las casa que se encuentran en el territorio son esparcidas a lo largo y ancho del territorio.

Las actividades son los cultivos, de alimentos propios. Cuenta los mayores en que en la lucha que les toco hacen años, todo era montaña los cuales les toco caminar durante años para lograr ganar los derechos de los indígenas y no dejarse quitar su territorio entonces para ellos llevar su alimento las mujeres le empacaban la comida en atados acompañados con chicha para que les de energía y puedan surgir su camino. También cuentan que en los tiempo de cosecha de maíz realizaban, varios derivados del maíz, también sirve para alimento de animales domésticos y de monte; cuentan que el maíz es un alimento muy necesario para la familia el cual no necesitaba ser fumigado el nacía en la tierra fértil y regado, cuando estaban tierno lo disfrutaba comiendo asado o cocinado, cuando iban a trabajar como era lejos de la casa prendían candela esperaban que hagan carbón y asaban la mazorca y el humo servían para ahuyentar los animales que se comían el choclo, también sacaban la colada de maíz tierno, la mazamorra y los envueltos. Al mirar la perdida de identidad en el reguardo se realiza conversatorio con los niños los cuales comenta de su vivencia diaria, en los cuales con las enseñanzas que se realiza se han ido fortaleciendo las costumbres del pueblo awa, y hacer que el trabajo sea de la mejor manera. Con esto se realizó buenos manejos de hábitos de la alimentación en la cual se observa una mejoría en su alimentación y hace evitar enfermedades.



Figura 10. Preparación del envuelto de choclo, María Jiménez  
Fuente: Esta investigación – propia

La estrategia tiene como propósito fortalecer las habilidades de los niños y niñas del grado segundo de la sede peña la alegría, para la construcción de proyecto de vida y que aseguren su desarrollo y este alejados de la violencia.

Para realización de este trabajo, las estrategias que se utilizaron fueron la observación directa en la cuales con los niños y niñas, se realizó un recorrido por el territorio awa, donde se pudo observar las diferentes plantas medicinales y alimenticias, también se observó algunos animales como: el ratón, cangrejos, pescados, marrano, gallina, el pato y algunas aves en su habita.

Por medio del juego y dinámicas se pudo reconocer los diferentes productos y animales del territorio, para sí tener un gran conocimiento de lo que los diferencia de las otras culturas.

Por medio de plantillas los niños y niñas, reconocieron cuales eran los productos que llevan los diferentes platos típicos del territorio awa.

Con ayuda de los papitos se realizó un festival gastronómico donde se dieron a conocer los diferentes platos típicos del territorio, donde los niños y niñas pudieron conocer y degustar la gastronomía ancestral del pueblo awa.

### Capítulo 3. Diseño metodológico

#### 3.1 Enfoque de investigación

Esta investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, el cual (Sampiere, 2008) la define:

“El enfoque cualitativo Utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación, busca ser objetivo, describir, explicar, comprobar, generar y predecir los fenómenos, al tiempo que genera y prueba teorías”(p.80). Su objetivo será el de adquirir datos de la población a través de encuestas, entrevistas, diario de campo, con la finalidad de clarificar el problema y encontrar de manera conjunta las posibles soluciones al ejercicio de investigación.

#### 3.2 Método de investigación

El enfoque metodológico dará cuenta de una investigación de carácter participativo, en el que el diario accionar y actuar de los participantes sea el eje constructor de las teorías que den solución a las complejas interrelaciones del paradigma de estudio, por lo que se deberá enfocar en un modelo Investigación, Acción, Participación. Es decir, la investigación cobra sentido en cuanto se hace evidente una acción participativa del sujeto de estudio frente al problema

#### Unidad de Análisis

Los niños y niñas del grado segundo de la sede Peña la Alegría, cuyas edades oscilan entre los 7 y 8 años.



Figura 11. Estudiantes del grado segundo, sede Peña la Alegría  
Fuente: Esta investigación – propia

Para el trabajo de campo se aplicara encuestas dirigidas a los padres de familia, estudiantes y docentes de la sede Peña la Alegría, inmersos en el plan de estudio.

La entrevista, para conocer los pensamientos, planteamientos, ideas y opiniones que los actores de esta investigación tienen o poseen en relación con el tema de estudio, formalizando el eje conceptual de la misma.

Diario de campo, como herramienta para construir conocimiento a través de lo que sucede en el día a día, y que será depositado por los investigadores para que más tarde en un proceso de análisis se pueda evidenciar información en la cual se puedan explicar los avances de la investigación.

### **3.3 Técnicas e instrumentos de recolección de información**

A continuación, se describen las técnicas e instrumentos que se utilizarán en esta investigación, para recolectar, procesar e interpretar la información obtenida sobre el grupo sujeto de estudio y su contexto.

López (2015), la gastronomía es la disciplina que estudia la relación del ser humano con su alimentación, el entorno natural del cual obtiene los recursos alimenticios.

Gaviria Arbeláez, del libro técnicas profesionales de la gastronomía colombiana; que en el país si ha ido perdiendo la identidad culinaria que nos representa por lo que indispensable recuperarla y trabajar en técnicas como la del envoltorio.

Las técnicas proporcionan la información que se desea según los objetivos, y esta información se consigna en los instrumentos de recolección de datos.

#### **La observación participante**

Es una técnica de investigación, Agreda (2004) para producir descripciones que da cuenta de las representaciones sobre la interacción que las personas observadas establecen en su contexto



escolar y entre ellas mismas: es decir como construyen, comprenden e interpretan su estar en el mundo.

La observación es la primera técnica que se utilizó para identificar el problema de investigación a partir del acercamiento que se tuvo con los niños en la práctica pedagógica, registrando aquellas actitudes, comportamientos, sentimientos, es decir conocer la realidad que manifiestan y determinar algunas causas y explicaciones de porque no vivencian el valor de la solidaridad.

### **La entrevista**

Es una técnica de recopilación de información que sirvió para capturar la oralidad y experiencias no consignadas en escrituras o imágenes. Es el diálogo que se estableció con los niños, mayores a partir de preguntas abiertas, de esta manera los entrevistados expresan sus inquietudes con sus propias palabras.

Esta entrevista se aplicó para ampliar la información del problema identificado, es decir, indagar que valores practican los niños en la escuela y en el contexto comunitario, qué significado tiene para los niños la solidaridad, como se manifiesta, de igual manera tener la percepción de los mayores de la comunidad sobre la solidaridad.

### **Ficha bibliográfica**

Esta técnica permitió registrar datos sobre libros, documentos, revistas que se consultaron, en los cuales se tuvo en cuenta nombre del autor, título, año de la publicación, editorial, en esta ficha se registró la información más importante para tener una mayor comprensión del objeto de estudio, como de la estrategia pedagógica.

### **Los instrumentos de recolección de información.**

Para este proyecto aplicado este proceso se utilizó, el diario de campo, las fotografías, con los cuales se registró los momentos iniciales de esta investigación y cada una de las sesiones educativas desarrolladas con los niños y niñas de la escuela. Rojas (1995) afirma, “cuando los

instrumentos recogen información para la que fueron diseñados, se dice que cumplen con el requisito de validez” (p.33)

### **Diario de Campo**

Es un cuaderno de notas donde se registra los hechos, acontecimientos observados al realizar una actividad, el diario de campo puede llevarse de manera anecdótica, secuencial, descriptiva.

### **Las fotografías**

Proveen información importante de las prácticas culturales y situaciones observadas, sin embargo es necesario hacer un buen uso.

## Capítulo 4. Propuesta Etnoeducativa

### 4.1 Descripción

El reconocer los saberes y prácticas de la gastronomía Awa es una metodología que nos permite fortalecer la cultura tradicional, en primera instancia conocer los sembríos propios, el chiro, el plátano, el banano, la yuca, papa cun, la chilma, la caña, la piña, la guayaba, papaya, limón, naranja, la guanábana y el chontaduro, los cuales se cultivan de manera tradicional en el territorio; pero además es importante recabar en la oralidad de las familias la forma de preparar los alimentos, como majar la bala, el envuelto, el sudado de ratón, la chicha de maíz y la colada.

Los saberes gastronómicos que la mujer Awa ha mantenido por varias generaciones, pero que es necesario transmitir esta tradición a niños y jóvenes para fortalecer la cultura e identidad Awa. Es así como retomamos este elemento etnoeducativo para abordarlo didácticamente en la escuela con los niños y niñas del grado segundo.

### 4.2 Diseño Metodológico

Logros: reconocer la historia de la gastronomía awa como; su origen, usos y costumbres propios que se realiza en la comunidad de Peña la Alegría.

**Tabla 1. Planes de Aula estrategia pedagógica “sede Peña Alegría”**

<b>logro</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reconocer los diferentes platos típicos del pueblo awa.</li> <li>✓ Identificar los ingredientes con los que preparan.</li> <li>✓ Descripción de los platos típicos del pueblo awa.</li> </ul>
<b>Evidencia de aprendizaje</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Ilustrar y pintar dibujos</li> <li>✓ Descripción de los ingredientes de manera verbal</li> </ul>
<b>Saberes a desarrollar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Que es un plato típico</li> <li>✓ Ingredientes del territorio awa (frutales y entre otros)</li> <li>✓ Conocer la gastronomía awa.</li> </ul>

<b>Acople con la</b>	✓
<b>Propuesta</b>	✓ Gastronomía ancestral
<b>investigativa</b>	
<b>Recursos</b>	✓ Conversatorio con las personas que conocen de la gastronomía awa.
<b>Pedagógicos</b>	✓ Salida y observación de campo.
<b>alcanzados</b>	✓ Preparación de alimentos.
	✓ Compartir los alimentos propios.

Fuente: esta investigación

### **Preparaciones tradicionales Awá**

El Sudado de Ratón; se arregla el raton, luego se coloca al humo; la preparación, se le colocan agua, sal, cebolla y se cocina, se da acompañado con platano, chiro y aji.

La Bala; se cocina el chiro o el plátano con sal apenas esté listo, caliente se empieza a majar la bala, en la piedra debe quedar bien pegajosa para poder consumirla, y se acompaña con una taza de agua panela y huevos criollos esta se utiliza para las meriendas.

La Sopa de Frijol; se cocina el grano, se pela el plátano o el chiro, se le echa cebolla, yuca, tomate, papa cun, chilangua, sal, y se espera que todos los ingredientes estén blandos, se acompaña con chiro.

Sancocho de gallina; se pone a cocinar en una olla la gallina luego se echa el chiro o platano, cebolla, sal y chilangua apenas esté listo se sirve, se acompaña con arroz.

Envuelto de maíz; se muele el maíz sarazo, se le coloca sal o azúcar, se embuelbe en hojas de la misma mazorca, se coloca después a cocinar, se acompaña con aguade panela o chicha de maíz.

Colada de maíz; se muele el maíz, luego se cierne, se le añade azúcar o panela y se coloca a cocinar, se revuelve constantemente hasta que de punto para que no se pegue y se queme.

La chicha de maíz; primero se muele el maíz, se coloca a cocinar, se le agrega panela después que ya esta se coloca en un balde para fermentar, de dos a tres días.



Figura 12. Preparación de alimentos  
Fuente: Esta investigación – propia

Sudado de Tortuga; se calienta agua se le hecha por el caparazón, para matar el animal y sacar la carne luego se prepara, se echa cebolla, sal y se coloca a cocinar, se acompaña con chiro o plátano.

Juago Naidi; se coloca a cocinar la fruta 5 minutos, luego se la bate con el boliniño y se sierne se le agrega azúcar y que da listo para servir. Es ideal como acompañante de las comidas.

La Chilma; es un estilo de papa de color morado, su preparación, se lava y se coloca a cocinar con todo y cascara, sal apenas este se saca la chilma en otro recipiente y se la raspa para retirar la cascara, no se puede salvar la casca por que muere la planta, esta preparación se hace a la alto, se acompaña con agua de panela.

La Guaña; es un pescado, se los lava y se coloca a cocinar con sal, cebolla y la chilangua, se deja cocinar hasta que este, es acompañado con yuca, plátano o chiro.

Sudado de Gualpa; son gusanos, se lavan y se colocan a cosinar con sal, se acompaña con plátano, chiro o yuca “es Un gran alimento para los awa, por que contienen un aceite que fortalece los huesos” o también se pueden comer fritos.



Figura 13. La Gualpa  
Fuente: Esta investigación – propia

Envuelto de yuca; se debe coger la yuca bien gecha se pela, se lava y se ralla, se coloca una miel de panela que se a preparado con clavos y canela, la masa se coloca en hoja de plátano o bijao, para poder utilizar las hojas primero se ahumar durante unos 45 minutos y se colocan a cocinar con poca agua, estos son llevados para larga jornadas de trabajo.

Chucula de chiro maduro; Se prepara en trozos grandes se pone acocinar no necesita dulce se lo deja hasta que los trozos se desbanescan se retira del fogón y se deja reposar y se disfruta

Dulce de guayaba; Se las pone a cocinar con poquita agua luego ya se las saca y se sierne en el colador luego se pone a cocinar con panela o azúcar se la bate para que no se vaya a quemar hasta que de un buen punto luego se sirve.

La gastronomía awa además de preparar los alimentos que se cultivan, se preparan animales que se cazan a través de trampas dependiendo la clase de animal y la pesca.

En la gastronomía se tiene en cuenta los aliños que permiten preparar los alimentos.

## **Capítulo 5. Desarrollo, análisis y discusión de resultados**

### **5.1 Presaberes que tienen los niños sobre la Gastronomía Awa**

Antes de aplicar la entrevista fue necesario que los niños realizar un ejercicio sencillo: los niños debían preguntar a sus padres y familiares sobre los alimentos que se preparan, que nombres se le dan a estas preparaciones, los ingredientes que contienen estas preparaciones.

En las entrevistas los niños nos cuentan que en sus casas preparan balas, embuellos de chiro, coladas de maíz, cocinan papacun, se cazan con trampas, por ejemplo cuando hay frutos, es decir el pepe pan, por es ahí donde los animales salen, la pesca también se debe hacerla hasta cierta hora, porque en los ríos viven los dueños, como el ribiel que se enoja cuando se quiere llevar todos los pescados. Además los animales poco salen en noche clara ellos salen en noche oscura, por eso los indígenas salen temprano a buscar los comederos donde llegan los animales, dejan echo la pasera para en la noche salir de casería; para hacer la trampa los indígenas buscan el árbol grande donde allá cueva y miren que haya pasado el ratón, asen la trampa pequeña o el tepian o el lazo para coger los animales del territorio.

Para trabajar la gastronomía con los niños, se tiene en cuenta los valores, las historias la autonomía los principios, los símbolos, el origen, quienes son y de donde vienen, es algo que jamás lo pueden olvidar como awa; desde las practicas pedagógicas se logró enseñar la importancia de la gastronomía ancestral.

El pepe pan también es un alimento que lo consumen los indígenas a diario, se lo utiliza para comer los animales como: el conejo, el guatín, el tejón y venado, también los niños cuando van en busca de los cangrejos y tortugas debe ser cuando allá llovido porque es ahí donde salen bastante, son los padres de familia quienes enseñan estas costumbres a sus hijos.

## 5.2 La gastronomía tradicional desde la escuela



Figura 14. Salida Pedagógica – recolección de cangrejos  
Fuente: Esta investigación – propia

Los niños de grado segundo en esta salida hacen varias preguntas a los padres de familia: ¿cuáles son los alimentos que consumen en la casa? los padres de familia les dicen; vamos al monte de casería, el tiempo debe ser cuando no esté la luna, los animales que cazan son con escopeta; venada, conejo, armadillo, zorra; también está la trampa donde se coge el ratón, zorra, gualgaro, churimono. Las familias awa salen de pesca los fines de semana en los cuales les enseñan a sus hijos a sacra pescados a coger cangrejos, tortugas y camarones.





Figura 15. Trampa para la caza de ratones  
Fuente: Esta investigación – propia

Los niños empiezan a contar como sus mamás preparan los alimentos como maja la bala a las 04:00 de la mañana y también en las horas de la tarde 06:00 pm alrededor del fogón. La abuela Angelica Taicus cuenta que la bala y la chicha o animal de monte es aquello que dura en el estómago, eso era el habito que ellos llevaban, cuando les toca defender sus tierras por los invasores, cuando hacen migas también majan la bala. El señor Armando Pascal de Peña la alegría nos cuenta acerca de los alimentos propios, que anteriormente la comida solo era zorra, ratón y la bala, porque era muy difícil salir al pueblo a comprar, además ellos criaban también sus animales como la gallina criolla, el marrano de eso ellos se alimentaban, cuenta el mayor que el trabajo lo realizaban en migan pelaban puerco y asían chica. Cultura awa; trabajan como siembra maíz, y todavía conserva el idioma propio del awa; usos y costumbres autonomía también cuando la mujer awa se levanta hacer el desayuno empaca para ir a trabajar con el marido ala finca y los hijos van a la escuela; también dice sobre la creencia acerca del quinde una vez, chuui es negativa cuando chicha dos veces chuui chuui es que va haber animal, chicharra a entre es que va aver visita; eta lloviendo no se puede hacer casería, oscuro porque la vieja esta brava; historia del maíz estas son algunas hitorias que se cuentan.

Otro elelemto que hace parte de la gastronomia son los envoltorios que se usan para guardar los alimentos.

Los niños de la sede de Peña la Alegría del grado segundo, a partir de las experiencias, relatos y desde luego aprendiendo a preparar, empiezan a contar y entender la importancia de la gastronomía awa es ir a la montaña a buscar los productos llevar a casa y convertirlos en alimentos para compartir en familia, es irse de casería y traer el animal de monte, en la casa la mamá se encarga de prepararlo según ellos tienen la costumbre de que cuando van de cacería y les va bien traen un animal grande como; el venado, el armadillo y el guatín a la hora que llegue a casa la señora debe levantarse a arreglar y a cocinar en ese momento, y levanta a la familia para compartir lo que se ha traído y lo que sobra se coloca ahumar que es la manera que dura la carne para varios días, coge un sabor diferente la carne ahumada.



Figura 16. Casa de la señora – María Jiménez  
Fuente: Esta investigación – propia

Cuando se van de pesca los que quedan en casa se deben quedar atizando el fogón para que se apague y preparar aguade panela, que debe estar bien caliente porque los que andan pescando llega con mucho frío y hambre, por lo general la mujer es la que queda despierta esperando al marido los niños a medida que les da sueño se van a dormir, a veces se queda el hermano mayor acompañando a la mamá a esperar; por lo general las familias awa viven con los mayores ellos se quedan acompañando alrededor del fogón y es allí en horas de la noche en donde ellos cuentan historias, el cuidado que se debe tener, el respeto por el territorio y allí dan consejos para ser personas de bien.



Figura 17. Conversatorio- La mayor, Alejandrina Pai  
Fuente: Esta investigación – propia

Los mayores indígenas awa cuentan que el astaron, es el dueño de todos los animales silvestres, hay que pedirle permiso para entrar a la selva, hay que hacer los rituales y no matar muchos animales porque el astaron es bravo y se come a las personas, el ejemplo que dan a conocer es; eran dos awa que van a la montaña ala casería de monos durante dos días y les fue bien. Uno dijo vámonos ya y el otro a dijo todavía no cuando a las tres de tarde se escuchó un grito duro a lo lejos como de una persona y uno le respondió y más tarde se escuchaba los gritos más cerca, luego a donde ellos estaban uno indígena salió corriendo con su escopeta, el otro decidió quedarse a pelear con el astaron. La pelea fue dura después de un rato el astaron le mordió la mano y el pie y le quebró todos los huesos y se los comió. La enseñanza que deja la historia es que no se debe cazar más de lo necesario y no ser desobediente.

Estas historias recrean la gastronomía, pero además los niños ven la importancia y muestran interés por conocer más acerca de estas prácticas.

Otra de las historias que escuchan los niños *“las familias awa van a traer los productos a la montaña por ejemplo: el chiro, yuca, plátano, papa cun, maíz y frutas, por lo general el hombre*

*va adelante y la mujer atrás cargada el canasto, el hombre va de balde , por que a veces salen culebras en el camino y el deber de ellos es proteger a la mujer; en la casa dejan a los hijos y los hermanos mayores quedan a los menores, ellos no beben salir de la casa, por si desobedecen llega la vieja del monte y se los puede llevar”.*

*“Cundo es la cosecha de maíz, los mayores reúne a su familia alrededor del fogón y les cuenta la historia del maíz, que dios no iba a dejar el maíz en la tierra porque una planta sagrada, pues al desgranar las mazorcas dejan caer granos de maíz al suelo y no lo van a recoger al contrario lo pisan y lo botan no lo van a respetan, dios pensaba quitarlo de la tierra entonces se dio cuenta un ratón que se llama el bolsero, el ratón tiene en la cabeza al lado de trampa una bolsita en cada lado entonces este animal guardo unos granos de maíz en las bolsitas que ni dios se dio cuenta, por este animal era muy astuto”.*

*Paso el tiempo y empezó a sembrar los granitos de maíz, las personan no conocían que plantan era, decían que bonita es esa planta cuando empezó a salir la flor dijo el pájaro papagayo es maíz, dijo la ardilla vos sos plagoso, entonces el bolsero y ardilla empezaron aguarda las plantas de maíz, para que no lo dañen y lo coman, guardaron estas semillas y de nuevo empezó el maíz en la tierra a dios no le gusto porque la gente no respeto el maíz, dios dijo que quede el maíz para siempre en el mundo para que las personas y los animales que viven en la montaña se alimente.*

Cuenta el mayor Jaime Pascal, en nuestra salida de campo con los niños en la actualidad, por la entrada de los mestizos el pueblo awa y sus costumbre van desapareciendo, por la siembra de cultivos ilícitos están destruyendo las montañas, una partes de animales se van a otros lugares y otros están en vida de existencia, los jóvenes indígenas awa, quieren copiar las costumbres de los mestizos y se avergüenza de su cultura y tradición.

Siendo así que cuando van de casería se debe entrar más a la montaña y les lleva más horas de viaje, en muchas ocasiones por la distancia de viaje se les daña la carne del monte en el camino, por la escases de proteína animal las personas del territorio han incidido en el deterioro de la

alimentación, presentándose casos de enfermedades y desnutrición tanto en niños como en adultos, lo cual esto es una preocupación para el pueblo awa, el cual se ha dado la tarea de hacer proyectos productivos para garantizar la seguridad alimentaria una alternativa frente a los cultivos ilícitos, también realiza capacitaciones para el buen manejo y cuidado del territorio, enfocándose su mayor parte en los niños y jóvenes del pueblo awa.

Los mestizos solo viven el presente por destruyen los elementos bióticos y abióticos generan crecimiento inmediato en contra del desarrollo sostenible del pueblo awa, para enriquecimiento personal, mientras que el pueblo awa conserva la relación con la naturaleza que evidencia en la cesación de que todos los elementos de la naturaleza son también awa; la siembra y tumba facilitan la fertilización del suelo mediante el proceso de descomposición de los vegetales.

Los procesos de enseñanza aprendizaje en la escuela de las comunidades indígenas ha estado mediadas por didácticas, herramientas, estrategias pedagógicas descontextualizadas, es entonces propicio reconocer en los saberes y principios de la educación propia alternativas que sean atractivas y que permitan fortalecer la identidad desde la escuela y con los niños.

Es así como a través del método de investigación acción se orientó desde un proceso de observación, planificación, acción y reflexión en fases consecutivas que se pueden establecer en los planes de aula.

Durante la práctica pedagógica realizada con los estudiantes del grado segundo fue una experiencia muy significativa, logramos tener acercamiento con los niños y con los mayores, ya que no es fácil tener un dialogo con ellos para que a uno le cuente o compartan ese pensamiento también trabajamos con los niños los valores, actividades lúdicas de participación y se analizó la aceptación de la metodología en los estudiantes en análisis de los estudiantes fue de gran importancia para la activar las diferentes estrategias implementarse con los niños y niñas del contexto educativo logramos mirar la motivación y las ganas de aprender de la cultura tradicional todos participaron en los recorridos y los temas abordados en el aula.

También los temas abordados con los niños del grado segundo fueron muy significativos por ellos prestaron mucha atención en lo posible, colaboraron en los trabajos realizados en el aula, la cual implica la relación con la escuela con su tiempo y la realidad social se logró más acercamiento con las familias awa logramos mirar que entre los niños exista confianza y compromiso por aprender, como docente na hay nada más satisfactoria que el tiempo que se comparte con los estudiantes, no es tener un tema en el tablero sino no también tener un encuentro con el espíritu de la naturaleza y disfrutar de la tranquilidad que ella nos ofrece,



Figura 18. Recorriendo el territorio  
Fuente: Esta investigación – propia

En lo posible al realizar las practicas, se alcanza a trabajar los temas que se desarrollaron en el plan de aula, los niños contesta que e entienden la actividad, pero el docente alcanza analizar que todos los niños no interpretan, así que el docente le corresponde explicar de manera fácil y con paciencia para que puedan aprender, también nos conlleva a tener una nueva experiencia.

conversar con los niños y mayores por que se aprende de ellos, porque a veces se han visto pero no se sabe para que se utiliza en el caso de las comidas propias estas esperezas son muy significativas por que sirven para nuestro diario vivir, compartir con los niños para ser personas responsables a tener manejo de tiempo y hablarles del orden y el compartir con los demás niños, trabajar en grupo , hacer más amigos y dejar que los niños opinen también enseñarles a tomar sus



propias decisiones a tener ese sentido de pertenencia llevarlo a cómo debe ser pensar asía un futuro, eso debe salir de un docente el conversatorio, desde pequeños fórmalos para que cojan el camino del bien el docente es que realiza diálogos de experimentas vividas también es el que escucha al niño para tener confianza se le habla de los buenos modales que debe tener esos principios de ser awa desde niño y no avergonzarse de sus raíces, el docente aprende de la cultura tradicional awa.

Además las experiencias vividas con los niños dan mucho fortalecimiento por que noa ha llevado a trabajar temas muy importantes donde podemos concluir el entusiasmo, de los estudiantes en los trabajos realizado acerca de la gastronomía awa, para los niños explicarles acerca de la gastronomía awa.

La palabra gastronomía es desconocida para los niños, pero si se les habla de la comida ancestral, ellos logran comprender el tema sé que está tratando. Esta son las experiencia que como docentes nos lleva a reflexionar, las actividades desarrollada son aquellas que se prepara para que se pueda enseñar, bien a los estudiantes.

Estas experiencias ayudan a fortalecer en buen aprendizaje para los docentes, no hay nada más satisfactorio lograr actividades significativas para los niños, el conversatorio con los mayores, ir donde ellos realizan sus conversaciones y escuchar sus historias relacionadas con su vida y con los productos que ellos han cultivado, que han logrado subsistir dentro del territorio para sacar sus hijos adelante sin mirar las necesidades que ellos han tenido que pasar.

Los mayores aconsejan a los niños porque la experiencia más bella tener diálogos con ellos, es recopilar experiencias que se desconoce, son ellos nuestros ancestro que conservan todo ese diario vivir. Llegar con niños al campo de trabajo no está fácil porque a todos no les gusta, los que anda con sus padres en el campo ya saben realizar las actividades, todo aquello que se logra se evidencia en los niño, niñas y padres de familia, son experiencias que lo llevan a interpretar el contexto donde viven las familias awa.

Para docentes se logró que los niños tengan un buen manejo de la gastronomía awa, porque ellos se va apoderando con una base importante que le sirve para el futuro, que escuchan consejos de los abuelos y padres, serán ellos los se acuerdan de todo lo que hicieron y puedan ser buenos sembradores y seguir los ejemplos de sus ancestros.

Con la esperezas vividas tanto estudiantes como docentes se aprendió a manejar un orden tanto en diario de campo, en la salida con los niños a conocer el territorio, se aprende lo que debe hacer y el cuidado que se debe tener con la naturaleza, las horas de salida y se concluye con las actividades donde cada niño aprende y intérprete los temas desarrollados todo lo relacionado con la cultura tradicional awa.

Los etnoeducadores son investigadores de todo el proceso sobre el tema escogido y explicarles fácilmente, las experiencias son todas aquellas actividades que las vive que se vive desde el momento que se empieza a trabajar con los niños cada día que pasa se enriquece y fortalece más los conocimientos de la gastronomía ancestral.



Figura 19. Aula de clases  
Fuente: Esta investigación – propia

### 5.3 Alcances de la gastronomía en la cultura tradicional

La gastronomía awa es la preparación de algunos alimentos que hoy en día, no se les da importancia, pero anteriormente esos eran los productos que se consumían; los saberes



ancestrales representa la esencia y el sabor del territorio son productos naturales que se cultivan y se encuentran en el territorio como: el plátano, la yuca, los peses, crianza de gallinas, marranos, conejo, también hacen chicha y guarapo, los cuales tiene un sabor delicioso y único, preparados por las mujeres awa.

Estas comidas son fáciles de preparar y aportan nutrientes y vitaminas al cuerpo son de gran alimento y sano porque todo es preparado naturalmente no se utiliza condimentos para la preparación de estos alimentos la mujer awa prepara estos alimentos con el corazón y amor para servir a sus hijos desde muy pequeña tiene ese conocimiento porque las abuelas les dejan que participen cuando realizan las actividades allí les dejan consejo y si algo sale mal le dice lo que ella va hacer en grande son creencias que ellos tienen como por ejemplo cuando majan la bala no debe dejar caer un pedazo al suelo.

La mujer awa maneja su sabiduría ancestral en los que hacer es diarios por eso hoy en día la mujer indígena awa son representativas de la cultura que aparte de cuidar a la familia se dedica a otras actividades de subsistencia como cuidar sus animales ir a sembrar y cosechar productos esto le permite aumentar el alimento propio a su familia la mujer también se prepara para el campo político y de líder en muchas ocasiones la mujer es la más responsable que el hombre en el hogar.

Los productos que se cosechan en el territorio awa, son utilizados para las mingas de trabajos que realiza la organización en las asamblea realizadas cada año del 3 al 6 de junio y en el congreso que se realiza cada 4 años que es del 3 al 6 de junio, que se realiza para ser cambio de consejeros o líderes de la organización unipa, que realiza en el Diviso en predio el verde, es allí donde las familias awa salen del territorio y realizan su concentración, llevan chiro, plátano, yuca, limón, leña, hacen sus cambuches y preparan sus alimentos acompañados de la carne, arroz, frijol, lenteja, etc.



Figura 20. Minga de pensamiento  
Fuente: Esta investigación – propia

En otras actividades, cuando se realiza la curada del chutun, es una enfermedad causada por consumir frutos caídos después de las 4 de tarde, para esto por lo general se prepara gallina “aral”, o marrano “kuzu”, los dueños de casa ni el enfermo no puede comer, solo los invitados que acompañan el enfermo durante toda la noche, durante este tiempo toman guarapo de caña, hasta que sea la hora de llevar el enfermo al río, que es a las tres de la mañana para ser curado, regresan a casa y deben comer todo lo que sea preparado, porque lo contrario el enfermo no se cura.



Figura 21. Curación del chutun  
Fuente: Esta investigación – propia

Cuando se realiza un cabo de año, que se realiza cuando la persona cumple el primer año de muerto, en la casa de los familiares se prepara la comida que puede ser vaca “wakara” o marrano “kuzu”, se prepara todo la carne a lo natural nada de aliños, solamente sal, lo comparten con todos los invitados, en el centro del lugar, organizan una mesa donde colocan unas prendas dibujando de la persona que ha muerto y alrededor de la mesa le colocan la comida y bebidas que más le gustaba, los awa dicen que el muerto está ahí y va a comer, los acompañantes toman guarapo de caña o maíz revuelto con chapil, bailan hasta la madrugada y a las 4 de la mañana reparten la comida preparada y nada pueda quedar, se despiden de la persona que ha muerto porque a esa hora se abren las puertas del cielo.

## **5.4 Conclusiones y recomendaciones**

### **Recomendaciones**

Con la realización de este trabajo de la gastronomía awa se recomienda a los docentes motivar a los estudiantes para que participen de las diferentes actividades que por medio de la alimentación se puede enseñar diversidad de temas de las diferente asignaturas que los niños aprendan mas cuando realicen salidas de campo observa y practican con esto hacen que se apropien de su cultura para no sentir pena de ser awa.

Con este trabajo hace que se sienta mas confianza entre estudiantes y docentes en lo cual se aprende relativamente.

Con este trabajo se recomienda alimentarse bien y consumir lo propio que es sano y natural que le dan nutrientes vitaminas para un desarrollo.

Concientizar a los niños que los mejores alimentos están en el territorio y no en los productos empacados que venden en el pueblo.

Es esencial crear un currículo escolar donde haya las áreas del tema a trabajar en este caso gastronomía awa y seguir en el proceso de desarrollo de la investigación en aspecto como la siembra y cultivos propios y la conservación y el cuidado del territorio la valoración de la cultura tradicional

### **Conclusiones**

Con el proyecto que se realizo se logra que los niños disminuyan el consumo de los productos que se venden en el pueblo y los enlatados y comparta los productos que hay en la comunidad.

Se logró concientizar a los padres de familia que la alimentación que mejor se tiene es la del territorio.

Se debe vincular directamente tanto a los estudiantes como a las personas de la comunidad del territorio donde se desarrolla esta investigación con el fin de enseñar de apropiarse de la gastronomía awa y así mitigar los diferentes problemas ambientales que se pueden presentar.

### Referencias Bibliográficas

Bolaños, D. (2018). *La Cocina de mi Valle*, (trabajo de pregrado) Universidad Javeriana de Cali, Valle del Cauca.

Brea, L. (2014) *Factores determinantes del sentido de pertenecía de los estudiantes de Arquitectura de la Pontificia Universidad católica de Madre y Maestra, Campus Santo Tomas de Aquino* (Trabajo de pregrado) Universidad de Murcia España.

Unidad indígena y administrativa del pueblo Awá (UNIPA) (2015) *Construcción del modelo educativo propio para el pueblo Awa*. Consejería educación. Pasto Nariño.

UNIPA (2011). Programa de educación consolidación del sistema educativo Awa editado. Pasto Nariño.

Pedraza, P. (2017). *Mapa político del Nariño* “Diario del sur”. Pasto – Nariño. Recuperado de: <https://hsbnoticias.com/noticias/local/proyectos-por-64-mil-millones-seran-votados-en-narino-347435>

Maslow, A. (1954), *Motivación y Personalidad*, Sagitario, Barcelona.

Mora , P. (2012). *Palabras y letras del pueblo Awa*” –Pasto –Nariño. Recuperado de: <http://biblioteca.udenar.edu.co:8085/atenea/biblioteca/90666.pdf>.

Pai. A. (2019) *Conversatorio sobre la gastronomía ancestral Awa*, Consejo Mayor del resguardo Peña la Alegría. resguardo Peña la Alegría.

# ANEXOS

**Anexo A**  
**Formato de Entrevista**

<b>Nº</b>	<b>Preguntas Orientadoras</b>	<b>Respuesta</b>
<b>1</b>	En su casa preparan los alimentos propios.	
<b>2</b>	Que conservan cuando están preparados los alimentos	
<b>3</b>	Cuando van a trabajar a la finca llevan sus hijos	
<b>4</b>	Nombre las plantas alimenticias	
<b>5</b>	Ustedes los niños saben los pasos para la preparación de la bala.	
<b>6</b>	Saben el tiempo de cosechar los alimentos propios	
<b>7</b>	Les gustaría aprender a cosechar los alimentos propios.	
<b>8</b>	Les gusta la ciencias sociales	
<b>9</b>	Sus padres y abuelos les enseñan la preparación de los alimentos	

Nº	Preguntas orientadoras	Respuestas
1	Cuáles son las plantas que dan sabor a las comidas	
2	Cuáles son los animales del monte, que ustedes mas consumen	
3	Ustedes les enseñan a sus hijos a preparar los alimentos propios.	
4	Les enseñan ustedes asus hijos a cazar y la elaboración de las trampas.	
5	Sabe usted en donde debe sembrar las plantas comestibles.	
6	Sabe usted que cuidados debe tener para cosechar los productos.	
7	Le gustaría compartir sus conocimientos a los niños y niñas de la escuela.	
8	Se siente orgulloso (a) de consumir los alimentos propios	



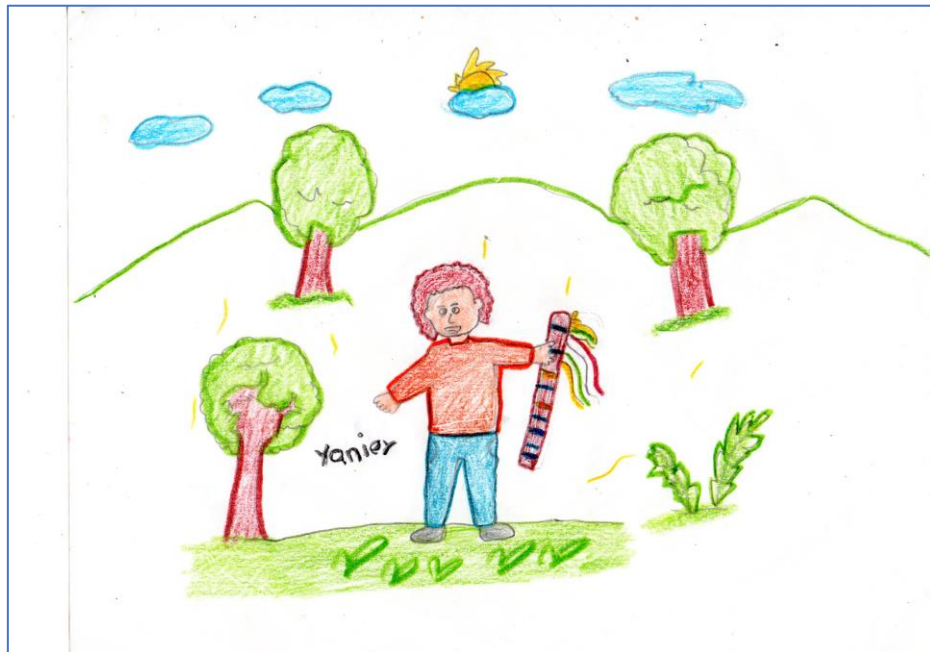
**Anexo B****Relación de actividades con los niños**

Fecha (DD/MM/AAA)A	Hora Llegada	Hora salida	Actividad principal	Nombre supervisor	Firma supervisor
05/03/2019	08:00	11:00	Presentación saludo		
06/03/2019	08:00	11:00	Conservatorio con los niños		
07/03/2019	08:00	11:00	Historia del árbol grande		
13/03/2019	08:00	11:00	Plantas cultivo de chiro		
14/03/2019	08:00	11:00	Visita a los mayores		
15/03/2019	08:00	11:00	Recorrido por el territorio		
18/03/2019	08:00	11:00	Dibujar el territorio		
19/03/2019	08:00	11:00	Dibujar las comidas típicas		
20/03/2019	08:00	11:00	La mujer awa en el fogón		
26/03/2019	08:00	12:00	Valor de respeto al territorio		
27/03/2019	08:00	12:00	Cosmovisión awa		
28/03/2019	08:00	12:00	De dónde venimos los awa		
02/04/2019	08:00	12:00	Los símbolos del territorio		
03/04/2019	08:00	12:00	La tradición oral		
04/04/2019	08:00	12:00	La autonomía en el pueblo awa		

09/04/2019	08:00	12:00	Los juegos tradicionales		
10/04/2019	08:00	12:00	Nuestra cultura		
11/04/2019	08:00	12:00	La casa awa		
22/04/2019	08:00	12:00	Integración del festiva gastroeconomics.		

### Anexo C

Dibujos de los niños del grado segundo



## Anexo D

Fotografía de la integración gastronómica, en el reguardo Peña la Alegría. 22/04/2019

